

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan R. 2011. *Tatacara Permainan Sepakbola*. Diakses : tanggal 25 Desember 2011 dari <http://resaadnan.blogspot.com/2011/04/tata-cara-permainan-sepak-bola.html>
- Brandon R. 2006. *Power Training : How Contrast Power Training Maximizes Performance*. Diakses : tanggal 23 Januari 2012 dari <http://www.pponline.co.uk/encyc/0603.htm>.
- Brandon R. 2002. Strength or power: which matters most for peak athletic performance? Power Training vs. Strength Training. Diakses : tanggal 23 Januari 2012 dari <http://www.pponline.co.uk/encyc/strength-or-power-which-matters-most-for-peak-athletic-performance-1>
- Budianto P. 2005. *Pengaruh Pemberian ATP terhadap Kekuatan Otot* (Skripsi). Surakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- Chu and Donald A. 1992. *Jumping Into Plyometrics*. Champaign, Illinois : Human Kinetics Pubs.
- Chusid JG. 1994. *Neuroanatomi Korelatif dan Neurologi Fungsional 2nd Ed*. Dialih bahasakan oleh dr. Andri Hartono. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Danapriatna N dan Setiawan R. 2005. *Pengantar Statistika 1st Ed*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Hardjono J. 2010. *Perbedaan Pengaruh Pemberian Latihan Metode De lorme Dengan Latihan Metode Oxford Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Quadriceps*. Diakses tanggal 18 Maret 2012 dari <http://www.esaunggul.ac.id/index.php?mib=prodi&sid=11&nav=artikel.detail&id=117&title=Perbedaan%20Pengaruh%20Pemberian%20Latihan%20Metode%20De%20lorme%20Dengan%20Latihan%20Metode%20Oxford%20Terhadap%20Peningkatan%20Kekuatan%20Otot%20Quadriceps>
- Harsono. 1988. *Coaching and Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: CV.Tambak Kesuma.
- Hicks CM., 1995. *Research For Physiotherapists Project Design And Analysis 2nd ed*. Churchill livingstone.
- Kisner C and Colby LE. 2007. *Therapeutic Exercises Foundation And Techniques 5th ed*. Philadelphia : F.A. Davis Company.

- Komala Sari DR dan Rahayu UB. 2008. *Pengaruh Latihan Plyometrics 'Depth Jump' Terhadap Peningkatan Vertical Jump Pada Atlet Bola Voli Putri Yuniior Di Klub Vita Surakarta*. Jakarta: Pusat Pengelola Jurnal Ilmiah Universitas Indonusa Esa Unggul.
- Lesmana SI. 2010. *Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Beban Terhadap Kekuatan Dan Daya Tahan Otot Biceps Brachialis Ditinjau Dari Perbedaan Gender (Studi Komparasi Pemberian Latihan Beban Metode Delorme dan Metode Oxford Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan dan Fisioterapi*. Diakses tanggal 18 Maret 2012 dari <http://www.esaunggul.ac.id/index.php?mib=prodi&sid=11&nav=artikel.detail&id=114&title=Perbedaan%20Pengaruh%20Metode%20Latihan%20Beban%20Terhadap%20Kekuatan%20Dan%20Daya%20Tahan%20Otot%20Biceps%20Brachialis%20Ditinjau%20Dari%20Perbedaan%20Gender%20%28Studi%20Komparasi%20Pemberian%20Latihan%20Beban%20Metode%20Delorme%20dan%20Metode%20Oxford%20Pada%20Mahasiswa%20Fakultas%20Ilmu%20Kesehatan%20dan%20Fisioterapi>
- Muryono S. 2001. *Anatomi Fungsional Sistem Lokomosi (Pengantar Kinesiologi)*. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Mayer F et al. 2011. *The Intensity And Effect Of Strength Training In The Elderly*. Germany : Hochschulambulans Der Universitat Potsdam.
- Narayanan L. 2005. *Textbook of Therapeutic Exercises 1st Ed*. New Delhi: Jaypee Brothers medical publishers (P) LTD.
- Raissier DE. 2006. *Stretching Human Muscles Makes Them Stronger*. Canada : Department Of Kinesiology And Physical Education McGill University.
- Rogers P. 2008. *Phase I And 2 To Early To Mid Pre-Season*. Diakses tanggal : 23 Januari 2012 dari <http://www.weighttraining.about.com/od/weighttrainingforsport/a/baseball2.htm>.
- Utari A. 2007. *Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Usia 12-14 Tahun*. (Tesis). Semarang : Fakultas kedokteran Universitas Diponegoro.
- Wahid. 2010. *Teknik Dasar dan Latihan Sepakbola*. Diakses tanggal 25 Desember 2011 dari <http://sijanggut.blogdetik.com/2010/09/30/teknik-dasar-latihan-sepakbola/htm>.
- Widhinata I. 2010. *Pengaruh Latihan Knee Tuck Jump Dengan Stretching Dan Tanpa Stretching Terhadap Tinggi Jumping Smash Pada Atlet Bulutangkis Di Klaten*. (Skripsi). Surakarta : FIK Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Wittle MW. 2007. *Gait Analysis And Introduction 4th Ed*. USA: University Of Tennessee.